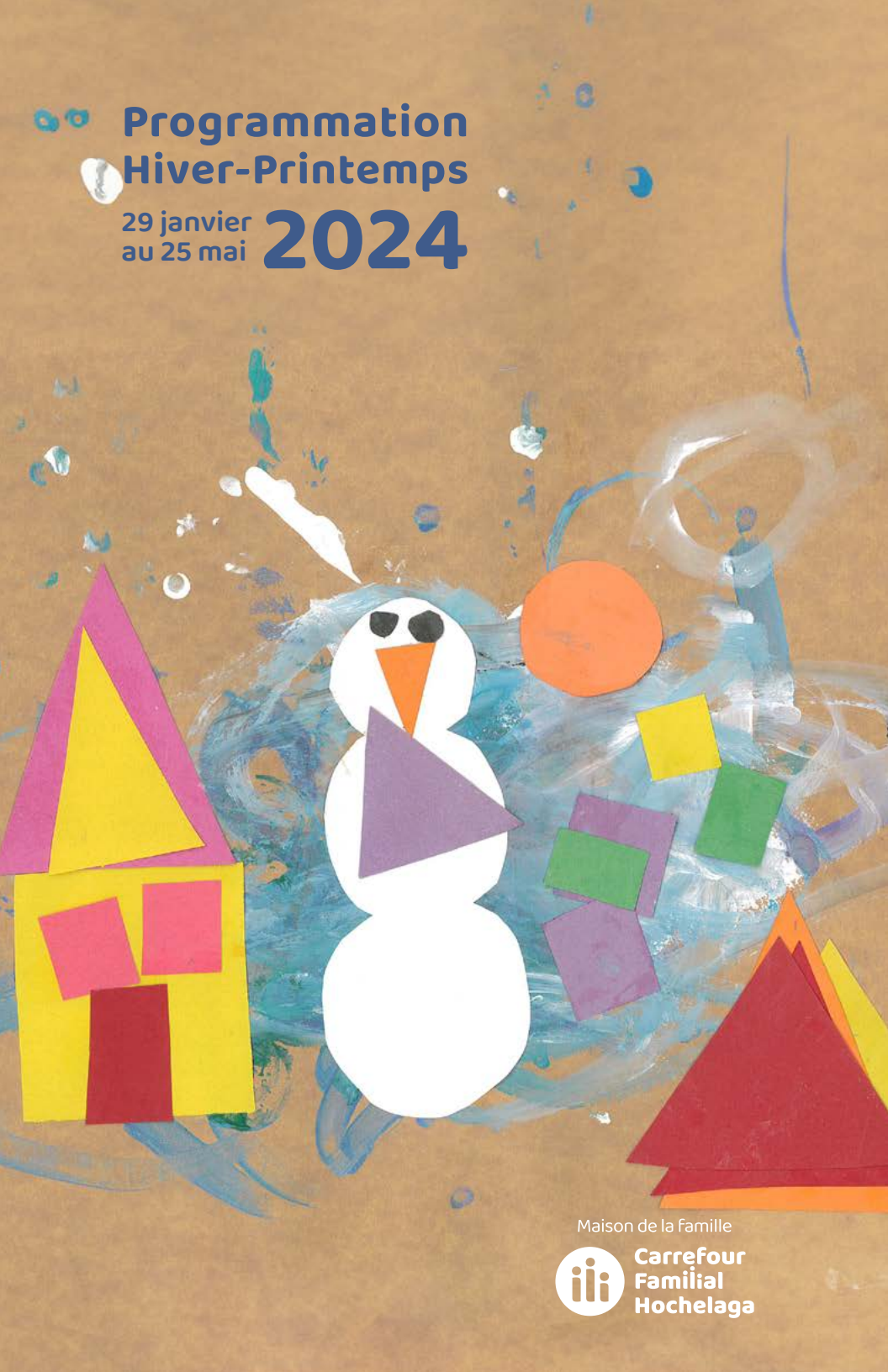
Programmation Hiver-Printemps

29 janvier au 25 mai **2024**



Maison de la famille
Carrefour Familial Hochelaga

Table des matières

2 La Maison de la famille, c'est quoi ?
3 Le milieu de vie
4 Inscriptions et Frigo-don
5 En famille
7 Entre parents
9 Activité spéciale et semaine de relâche
10 Impliquez-vous !

Joy, 2 ans ½

Portrait de l'illustratrice

L'oeuvre de Joy, participante assidue depuis un an au Carrefour, a su impressionner l'équipe ! Son utilisation de plusieurs médiums et le contraste créé entre les couleurs chaudes et froides sont les raisons pour lesquelles l'oeuvre a été choisie.

Du haut de ses 2 ans ½, elle participe à l'activité Bambins curieux et adore jouer dans le milieu de vie accompagnée de ses deux parents.

Maison de la famille
Carrefour Familial Hochelaga

C'est quoi ?

La Maison de la famille propose un panel d'activités et d'ateliers pour la famille. Les parents bénéficient d'un soutien afin d'améliorer leur qualité de vie.

La Maison de la famille...

- Offre du soutien et favorise l'entraide
- Encourage les familles à agir sur leur vie
- Outille les parents

Ce qu'on y retrouve

- Du soutien individuel
- Des ateliers entre parents
- Des activités en famille
- Des camps familiaux
- Des sorties et événements rassembleurs
- Et plus encore !

Rencontrez l'équipe !

Mélanie Loiselle
Coordonnatrice
famille@carrefourfamilial.com

Mylène Weier
Intervenante parents-enfants
parentsenfants@carrefourfamilial.com

Camille Coudé
Intervenante milieu de vie
milieudevie@carrefourfamilial.com

Nicodia Gérard
Intervenante communautaire
n.gerard@carrefourfamilial.com

Gisèle Bellemare
Intervenante arts créatifs
artscreatifs@carrefourfamilial.com

Le milieu de vie, un lieu de rassemblement

Mardi, 9 h à 12 h - 13 h à 18 h

Mercredi, 9 h à 12 h - 13 h à 18 h

Jeudi, 9 h à 12 h

Vendredi, 9 h à 12 h -13 h à 18 h

Samedi, 9 h à 16 h

Pas besoin d'invitation, vous n'avez qu'à franchir la porte !

À votre disposition : Aire de jeu 0-5 ans, aire créative 5 ans et plus, bibliothèque, jeux de société, collations, et plus.

Profitez du milieu de vie après l'école pour faire des devoirs avec vos enfants !

Vous avez des enfants entre 0 et 5 ans ?

Le Carrefour Familial Hochelaga vous ouvre ses portes les samedis matin !

De 9 h à 12 h, les tout-petits se rassemblent et profitent d'une aire de jeux aménagée pour eux.

Inscriptions

À partir du jeudi 18 janvier

Mardi au vendredi, de 9 h à 16 h

En personne
1611 d'Orléans, Montréal, H1W 3R4

Par téléphone
514 523-9283

En tout temps

Par courriel
famille@carrefourfamilial.com

Par Facebook
Via les comptes des intervenantes

Mylène Intervenante Parents-enfants
Nicodia Intervenante communautaire
Gisèle Intervenante Arts créatifs
Camille Milieu de vie

Surveillez les réseaux sociaux pour les dates d'inscription des activités spéciales.

Lancement de la session

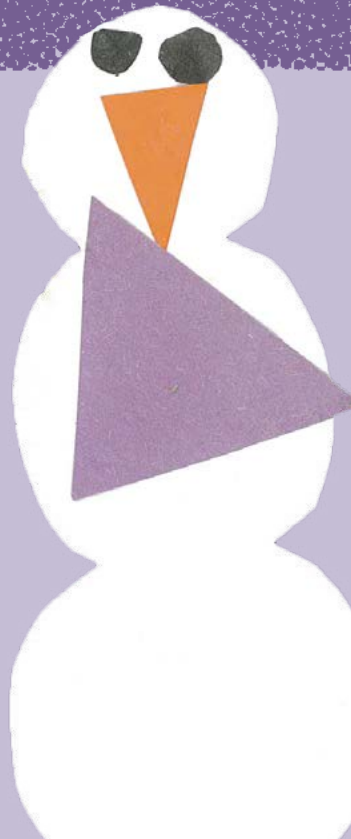
Vendredi 26 janvier, 13 h 30
Avec prix de présence et goûté, on se rassemble dans le milieu de vie pour le lancement de la session d'hiver-printemps !

14 h - Soyez de la partie et compétitionnez au quiz familial !

Frigo-don

Mercredi, 9 h à 12 h
3 $ / famille avec enfant(s) 0-17 ans

Profitez d'un service d'aide alimentaire et découvrez de nouveaux produits à cuisiner ! N'oubliez pas votre sac réutilisable et votre glacière pour les aliments frais et congelés.



En famille
29 janvier au 25 mai 2024

Bambins curieux

Mercredi, 16 h à 17 h 30	2 ans à 6 ans

Activités sensorielles, arts et expériences seront à l'honneur les mercredis ! Un moment rigolo qui permet de briser la routine et renforcer les liens parents-enfants.

Samedis découvertes

Samedi, 13 h 30 à 15 h	5 ans et +

Sciences, activités thématiques et ateliers créatifs, découvrez de nouvelles activités à faire en famille dans un climat jovial et décontracté.

Soirée culturelle

Vendredi, 26 avril 17 h 30 à 20 h	Pour toute la famille

Venez découvrir une nouvelle culture en dégustant des spécialités d'ailleurs. N'hésitez pas à communiquer avec une intervenante afin de proposer votre pays d'origine pour la soirée.

Une fois par mois
29 janvier au 25 mai 2024

Ensemble dans la cuisine

Mardis 13 février, 26 mars, 16 avril et 14 mai 16 h à 17 h 30	4 ans et +

Petit·e·s et grand·e·s mettent la main à la pâte pour cuisiner de nouvelles recettes.

Déjeuner en famille

Samedis 24 février et 23 mars 9 h 30 à 11 h 30	Pour toute la famille

Le déjeuner mensuel est l'occasion parfaite pour bien manger et faire de nouvelles rencontres. Tout le monde participe à la préparation du repas. Vous pouvez même venir en pyjama !

Heure du conte

Samedis 3 février, 16 mars, 13 avril et 4 mai 10 h 30 à 11 h 30	0 à 5 ans

Pour débuter la fin de semaine en douceur, profitez de ce moment avec votre tout-petit.

Entre parents
29 janvier au 25 mai 2024

L'art en soi

Lundi, 13 h 30 à 16 h

Prenez un moment pour vous et créez votre journal intime non conventionnel. Vous êtes invité·e·s à développer votre créativité. L'expression de soi est priorisée et tous·tes créent à leur rythme.

Programme Olo

Mardis, 6 et 27 février, 19 mars, 9 et 30 avril, 21 mai, 13 h à 15 h 30

En coanimation avec une nutritionniste et une intervenante, les ateliers culinaires visent à outiller les futures mères.

Exclusif aux femmes enceintes référées par le CLSC.

Café causerie

Mardi, 10 h 30 à 12 h

27 février : Vos enfants et les écrans , êtes-vous inquiets ?

12 mars : Tolérence et diversité culturelle

9 avril : La diversité sexuelle chez les enfants

23 avril : Vivre avec un trouble

7 mai : Brunch discussion

Parents bienveillants

Jeudi, 10 h à 12 h
Du 15 février au 4 avril

Rejoignez ce groupe de parents dans lequel les échanges et les discussions se font sans jugement. L'intervenante est à l'écoute et guide le groupe vers une parentalité positive favorisant un quotidien plus simple et léger.

Atelier de couture

Vendredi, 9 h à 16 h
20 $

Machines à coudre, tissus et fils, tout est là pour la création de nouveaux projets ! France est disponible pour répondre à vos questions et vous guider dans vos créations. L'entraide est au rendez-vous.

Ateliers de discussion en français

Nouveauté !

Vendredi, 11 h à 12 h
Pour les parents dont la langue maternelle n'est pas le français

Tu souhaites pratiquer ton français ? Discussions et exercices pratiques, cet atelier permet de développer le vocabulaire.
Inscriptions au poste 102

Conférences
29 janvier au 25 mai 2024

ABC du budget
présenté par ACEF

Mardi, 30 janvier
10 h 30 à 12 h

Quels sont les avantages de faire un budget ? Découvrez cet outil permettant de planifier les revenus et les dépenses avec des exemples concrets.

Les menstruations
présenté par Dignité Mensuelle

Mardi, 13 février
10 h 30 à 12 h

Comment aborder le sujet des menstruations avec vos adolescent·e·s ? Dignité Mensuelle est là pour vous outiller et répondre à vos questions.

Le droit de la famille
présenté par la Clinique juridique de Saint-Michel

Mardi, 26 mars
13 h à 14 h 30

Loi sur la protection de la jeunesse, violence conjugale, mariage, divorce, apprenez en plus sur vos droits.

Possibilité de service de garde pour la durée des activités sur demande. Gratuit

Activité spéciale
Pour toute la famille

Sortie à la Cabane à sucres

Samedi 6 avril

Préparez-vous pour la sortie la plus sucrée de l'année ! Avec le sirop d'érable à l'honneur et la musique traditionnelle, le plaisir sera au rendez-vous.

Tarifs à venir, transport inclus.

Semaine de relâche

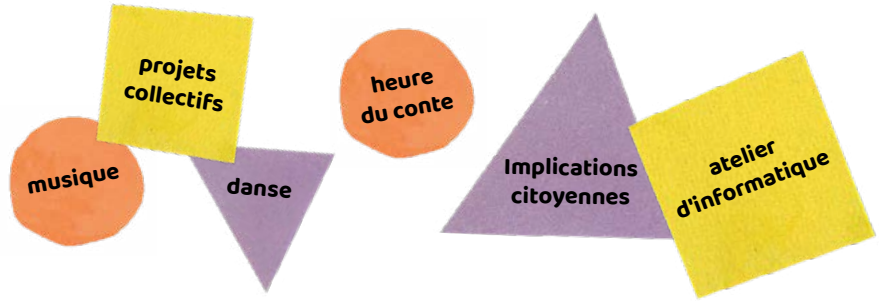
Samedi 2 mars au samedi 9 mars

La semaine de relâche commence en force !
Samedi le 2 mars, on se rassemble sur la base de plein air St-Urbain. N'oubliez pas vos vêtements chauds !

Surveillez les réseaux sociaux pour découvrir la programmation complète et les dates d'inscriptions.

Vous avez une passion ? Vous souhaitez partager votre projet ?

Ajoutez votre couleur à la programmation en proposant des activités qui vous ressemblent !



Impliquez-vous dans la mise en place des activités !

L'équipe est toujours à la recherche d'un petit coup de pouce pour l'organisation des activités spéciales. Impliquez-vous dans les projets suivants :

- Soirée culturelle
- Déjeuners en famille
- Semaine de la paternité
- Fête des mères
- et plus encore !

Communiquez avec l'équipe et voyez vos idées prendre forme !

514 523-9283

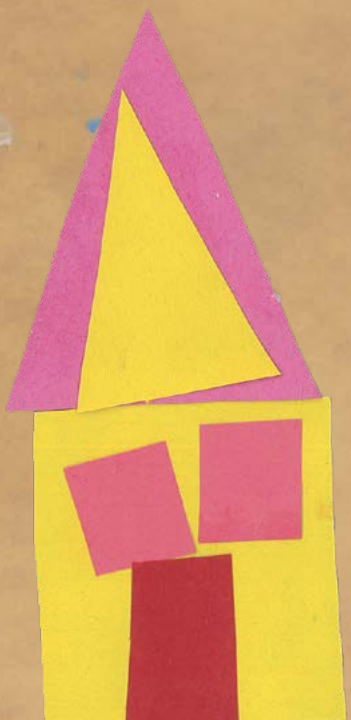
Carrefour Familial Hochelaga

C'est quoi ?

Maison de la famille
propose une foule d'activités
et d'ateliers pour la famille.

École Hors Murs
permet aux parents d'être accompagnés
pendant leur retour aux études.

Maison Oxygène Montréal
offre un hébergement et un soutien
psychosocial aux pères et à leurs enfants.



Suivez-nous !

1611 av. d'Orléans
Montréal, QC H1W 3R4

514 523-9283

info@carrefourfamilial.com

carrefourfamilialhochelaga

Carrefour Familial Hochelaga

carrefourfamilial.com